La découverte de Charlo

Qu'est-ce qu'on mange ce soir?

Préparation:
25 minutes

Cuisson:
40 minutes

Portions:
6 portions

Coquilles farcies de brocoli et de cheddar

Ingrédients

1 c. à soupe (15 ml) huile végétale
1 petit oignon, haché
1 petit poivron rouge, haché
1 gousse d'ail, émincée
1 c. à thé (5 ml) ch. feuilles de thym séchées et poivre
1 feuille de laurier
1 tasse (250 ml) ketchup aux tomates Heinz
1 boîte (796 ml) tomates en dés
1 c. à soupe (15 ml) ch. sauce Worcestershire Heinz et vinaigre de cidre de pommes Heinz
24 grosses coquilles sèches (environ)
2 tasses (500 ml) brocoli, cuit et haché
1 emb. (250 ml) fromage à la crème léger en brique, ramolli
1 1/2 tasse (375 ml) cheddar râpé en filaments

Préparation

Dans un poêlon profond, faire chauffer l'huile à feu moyen. Ajouter l'oignon, le poivron rouge, l'ail, le thym et la feuille de laurier. Faire cuire, en remuant souvent, jusqu'à ce que les légumes aient ramolli. Incorporer 3/4 de tasse (175 ml) de ketchup, les tomates, la sauce Worcestershire et le vinaigre. Amener à ébullition. Réduire le feu et laisser mijoter, à découvert, pendant 10 minutes. Jeter la feuille de laurier. Réserver.

Préchauffer le four à 350 °F (180 °C). Faire cuire les coquilles selon le mode d'emploi sur l'emballage. Égoutter et rincer les pâtes sous un jet d'eau froide jusqu'à ce qu'elles soient assez froides pour qu'elles puissent être manipulées. À l'aide d'une spatule, mélanger le brocoli, le fromage à la crème, 1 tasse (250 ml) de cheddar et le reste du ketchup jusqu'à homogénéité.

À l'aide d'une cuillère, mettre la moitié de la sauce dans une cocotte de 9 po sur 13 po (3 L). Farcir les coquilles du mélange de fromage en utilisant une cuillère pour diviser le mélange en parts égales. Déposer les coquilles, côté farci vers le haut, dans la cocotte. À l'aide d'une cuillère, mettre l'autre moitié de sauce sur les coquilles. Couvrir et faire cuire 20 minutes. Découvrir et parsemer du reste de fromage. Poursuivre la cuisson 10 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit fondu et bouillant. Donne 6 portions.
herbes.

Charlo

En collaboration avec Heinz

Charlebois alimentation
267, rue Marie-Claude
Plaisance QC
J0V 1S0
t 819 427-6287
t 1 800 567-1222
f 819 427-5042